ဖံလံးပံၤ Philippians 1

1 ယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အကၢ်အပှၤ စီၤပီလူး ဒီးစီၤတံၤမသ့း, စံးဘၣ် ကယဲၢ် ပှၤစီဆှံ,
လၢယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အပူၤအိၣ် လၢဖံလံးပံၤ ခဲလၢာ်, အိၣ်ဒီး ပှၤကွၢ်တၢ်
ဒီးတၢ်အခ့အပှၤသ့ၣ်တဖၣ်န့ၣ်, 2 မ်တၢ်ဘျုးတၢ်ဖှိၣ် ဒီးတၢ်ဃူတၢ်ဖိး လၢပပၢ် ယွၤ, ဒီးကစၢ်
ယ့ၣ်ရှူးခရံာ်န့ၣ် ဘၣ် သုတက့ၢ်. 3 ဖဲဒၣ် ယသ့ၣ်နီၣ်ထီၣ်က့ၤ သုကီးစုဒဲးန့ၣ်, ယစံးထီၣ်ပတြၢၤ
ယကစၢ် အဘျုးအဖှိၣ်, 4 လၢကယဲၢ် ယဘါထုကဖၣ်တၢ် အပူၤ လၢသုဂီၢ် ခဲလၢာ်,
ဒီးယဃ့ကညးတၢ် အိၣ်ဒီး တၢ်သးခု တထံၣ်ဃီ, 5 လၢသုကိုမၤဃုာ် လၢတၢ်သးခုအကစီၣ်
အဂီၢ် လၢမုၢ်နံၤခီၣ်ထံး တုၤ ခဲကနံၣ်အံၤ အဃိ လီၤ. 6 ယနာ် တၢ်အံၤ ဒၣ်လဲာ်
လၢပှၤလၢအမၤထီၣ်သီ တၢ်မၤအဂ့ၤတမံၤ လၢသုပူၤ တဂၤ, ကမၤ လၢထီၣ်ပှဲၤထီၣ်ဝဲ တုၤလီၤ
လၢယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အမုၢ်နံၤန့ၣ်လီၤ. 7 ဒ်န့ၣ် အသိး ယဂ့ၤဆိကမိၣ်တၢ် လၢသုဂ့ၢ် ခဲလၢာ်လီၤ.
အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, သုအိၣ်လၢယသးကံၢ်ပူၤ, အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, လၢယဘၣ် တၢ်စၢဃာ်,
ဒီးလၢယကတိၤပူၤဖျဲးတၢ်, ဒီးမၤဂၢၢ်မၤကျၢၤ တၢ်သးခုအကစီၣ် အပူၤန့ၣ်, သုဝဲခဲလၢာ်မ့ၢ်
ပှၤဘၣ်ဃုာ် တၢ်ဘျုးတၢ်ဖှိၣ်အံၤ ဒီးယၤလီၤ. 8 အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, ယသး သဃုၢ်ဘၣ်သုခဲလၢာ်
လၢယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အတၢ်သးကညီၤ အပူၤ ဆံးအါဆံးအါန့ၣ်, ယွၤမ့ၢ် တၢ်အုၣ်အသး
လၢယဂီၢ်လီၤ. 9 ဒီးယဘါထုကဖၣ်တၢ် ဒ်အံၤ, လၢသုတၢ်အဲၣ်တၢ်ကွံ ကအါထီၣ်ဒိၣ်ထီၣ်
လၢတၢ်သ့ၣ်ညါ အပူၤ, ဒီး လၢကယဲၢ် တၢ်နၢ်ပၢၢ်အပူၤ, 10 ဒ်သိးသုကနီၤဖး တၢ်လီၤဆီတဖၣ်
အဆၢ, ဒ်သိး သုကစီကဆှံ, ဒီးသုတၢ်ကမၣ် တအိၣ်ဘၣ် ဖဲခရံာ်အမုၢ်နံၤဒီး, 11
သုကလၢထီၣ်ပှဲၤထီၣ် ဒီးတၢ်တီတၢ်လိၤ အတၤသၣ် လၢယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အဃိ,
လၢယွၤအလၤအကပီၤ ဒီးအတၢ်စံးထီၣ်ပတြၢၤ အဂီၢ်လီၤ. 12 ဒီးပုၢ်သ့ၣ်ဝဲၢ်သ့ၣ်ဧၢ, ယသးအိၣ်
လၢသုကသ့ၣ်ညါ လၢတၢ်မၤအသး လၢယၤအံၤ, ကဲထီၣ်ကဒါက့ၤလံ လၢတၢ်မၤစၢၤ
တၢ်သးခုကစီၣ်လံ, 13 တုၤဒၣ်လဲာ်ယဘၣ် တၢ်စၢဃာ် လၢခရံာ်အဃိန့ၣ် အိၣ်ဖျါထီၣ်
လၢစီၤပၤသုးဖိ အလီၢ် ခဲလၢာ်, ဒီးလၢအလီၢ်သကုၤဆးဒးလီၤ. 14 ဒီးဒီပုၢ်ဝဲၢ် အါတက့ၢ်
လၢကစၢ်အပူၤ, အတၢ်နာ်ဆူၣ်ထီၣ် လၢယတၢ်စၢဃာ် အဃိ သတးဒီး, တပျုံၤဘၣ်တၢ်ဘၣ်ဒီး,
စံၣ်တဲၤတဲလီၤ တၢ်အကလုၢ်အကထါ လၢအသးခူတလ့ၢ် အါဒၣ်တၢ် တက့ၢ်လီၤ. 15 တနီၤနီၤ
မ့ၢ်အသးက့ၣ်, ဒီးအ့ၣ်လိာ်ဆိးက့လိာ်အသး ဒီး, စံၣ်တဲၤတဲလီၤ ခရံာ် အဂ့ၢ်အကျိၤ, ဒီးတနီၤနီၤ
လၢသးဂ့ၤလီၤ. 16 ဒီးပှၤတနီၤနီၤ သ့ၣ်ညါ လၢတၢ်ဟ်ယၤ လၢတၢ်မၤတဒီဃာ်
တၢ်သးခုအကစီၣ်ဒီး, စံၣ်တဲၤတဲလီၤဝဲ လၢတၢ်အဲၣ်တၢ်ကွံလီၤ. 17 ပှၤတနီၤနီၤအသး
တကဆှိဘၣ်, ဒီးဆိကမိၣ် လၢအကဟ်ဖှိၣ် တၢ်နးတၢ်ဖှိၣ် ဒီးယတၢ်စၢဃာ်ဒီး, စံၣ်တဲၤတဲလီၤ
ခရံာ် လၢတၢ်အ့ၣ်လိာ်ဆိးက့လိာ် လီၤ. 18 မ့မ့ၢ်ဒ်န့ၣ်ဒီး, မ့ၢ်မနုၤလဲၣ်. ကယဲၢ်
အစံၣ်တဲၤတဲလီၤတၢ် ဒ်အံၤဒ်နုၤန့ၣ်, လၢတၢ်လီတၢ်ဝ့ၤ မ့ၢ်ဂ့ၤ, လၢတၢ်တီတၢ်လိၤ မ့ၢ်ဂ့ၤ, မ့ၢ်
ပှၤစံၣ်တဲၤတဲလီၤခရံာ်ဒီး, ယသးခု ဒီးမ့ၢ်မး ယကသးခုလီၤ. 19 အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, ယသ့ၣ်ညါ
လၢသုဘါထုကဖၣ်တၢ်, ဒီးယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အသး မၤစၢၤတၢ် သတးဒီး, တၢ်မၤအသးအံၤ
ကကဲထီၣ်က့ၤ လၢတၢ်အုၣ်က့ၤခီၣ်က့ၤယၤ အဂီၢ်, 20 ဒ်ယကွၢ်လၢ်တၢ်, ဒီးယတၢ်မုၢ်လၢ်

အသိး, လၢယမဲာ်တဆူးဘၣ် လၢတၢ်နီတမံၤဘၣ်, မ့မ့ၢ် လၢယအိၣ်ဒီး ယသးခူတလ့ၢ်
လၢတၢ်ခဲလၢာ်အပူၤ ဒ်ကိးဘျီကိးဘျီ အသိးန့ၣ်, ခဲကနံၣ်အံၤ စ့ၢ်ကီး, ယမူမ့ၢ်ဂ့ၤ, ယသံမ့ၢ်ဂ့ၤ,
ခရံာ် ကဘၣ် တၢ်ဟ်ဒိၣ်အီၤ လၢယနီၢ်ခိအပူၤ လီၤ. 21 အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, လၢယဂီၢ်, ယမူန့ၣ်မ့ၢ်
ခရံာ်, ဒီးယသံန့ၣ်မ့ၢ် တၢ်ဘျုးလီၤ. 22 ဒီးယမ့ၢ်မူ လၢတၢ်ဖံးတၢ်မၤ အပူၤ ဒီး, တၢ်န့ၣ်မ့ၢ်
ယမၤတၢ် အတၤသၣ်, ဒီးယကဃုထၢ ဖဲလဲၣ် တမံၤလဲၣ်န့ၣ်, ယတသ့ၣ်ညါဘၣ်. 23
အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, တၢ်သနံးထီၣ်ယၤ လၢတၢ်ခံမံၤ အဘၢၣ်စၢၤလီၤ. တၢ်မိၣ်က့ၤ ယသး
ဒီးအိၣ်ဒီးခရံာ်လီၤ. အန့ၣ်မ့ၢ် အဂ့ၤဒၣ်တၢ် ဒိၣ်ဒိၣ်ကလဲာ်လီၤ. 24 ဘၣ်ဆၣ်ဒီး
ယအိၣ်လၢတၢ်ဖံးတၢ်ညၣ် အပူၤန့ၣ်, မ့ၢ်အဂ့ၤဒၣ်တၢ် လၢသုဂီၢ်လီၤ. 25 ဒီးယနာ်တၢ်န့ၣ်
သတးဒီး, ယသ့ၣ်ညါ လၢယကအိၣ်ဒံး, ဒီးအိၣ်စ့ၢ်ကီး ဒီးသု ခဲလၢာ် လၢသုကထိၣ်ကထီ
ဒီးသးခုတၢ် လၢတၢ်နာ် အပူၤ အဂီၢ်, 26 ဒ်သိးယမ့ၢ်ဟဲအိၣ်ကဒီး ဒီးသုဒီး,
သုတၢ်စံးထီၣ်ပတြၢၤ ကအါထီၣ် လၢယဃိ လၢယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အပူၤ လီၤ. 27 ထဲတၢ်အံၤ,
မ်သုမၤတၢ် လၢအကြၢး ဒီးခရံာ်အတၢ်သးခု အကစီၣ် တက့ၢ်, ဒ်သိးယမ့ၢ်ဟဲထံၣ်သုမ့ၢ်ဂ့ၤ,
ယမ့ၢ် အိၣ်လီၤဖး မ့ၢ်ဂ့ၤ, ယကနၢ်ဟူ တၢ်ဘၣ်ဃးဒီးသု လၢသုဆၢထၢၣ် လၢသုသး
တဖျၢၣ်ဃီ, ဒီးလၢသုအိၣ်ဒီးသး တဖျၢၣ်ဃီဒီး, ကဲာ်မၤဃုာ်တၢ် လၢတၢ်နာ် ဘၣ်ဃးဒီး
တၢ်သးခုအကစီၣ်, 28 ဒီးလၢသုတပျံၤတဖုးဘၣ် သုဒုၣ်ဒုဒါ နီတမံၤဘၣ်လီၤ. တၢ်န့ၣ်မ့ၢ်
အဝဲသ့ၣ် အတၢ်ဟးဂီၤ အပနီၣ်, ဘၣ်ဆၣ်ဒီး မ့ၢ်သုတၢ်အုၣ်က့ၤခီၣ်က့ၤ အပနီၣ်, ဒီးအဝဲန့ၣ်မ့ၢ်
တၢ်ဟဲဝဲ လၢယွၤလီၤ. 29 အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, တၢ်ဟ့ၣ်သု လၢခရံာ်အဂီၢ် ထဲလၢ
သုကစူၢ်က့ၤနာ်က့ၤအီၤ တမ့ၢ်ဘၣ်, မ့ၢ်လၢသုကဘၣ် တၢ်နးတၢ်ဖှိၣ် လၢအဂီၢ်စ့ၢ်ကီး လီၤ. 30
အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, သုအိၣ်ဒီး တၢ်ဒုးတၢ်ယၤ တမံၤဃီ လၢသုထံၣ် လၢယလိၤ, ဒီးခဲကနံၣ်အံၤ သု
နၢ်ဟူ လၢအအိၣ် လၢယလိၤလီၤ.

ဖံလံးပံၤ Philippians 2

1 မၤသးဒ်န့ၣ်ဒီး, တၢ်သဆၣ်ထီၣ်ပခံ မ့ၢ်အိၣ်လၢခရံာ် အပူၤ, တၢ်အမုာ် ဘၣ်ဃးဒီး
တၢ်အဲၣ်တၢ်ကွံမ့ၢ်အိၣ်, သး အတၢ်ရ့လိာ် မ့ၢ်အိၣ်, 2 တၢ်သးအိၣ်တၢ်, ဒီးတၢ်သးကညီၤတၢ်မ့ၢ်
အိၣ် သတးဒီး, လၢသုဆိကမိၣ်တၢ် ဒ်သိးသိး, အိၣ်ဒီး တၢ်အဲၣ်တၢ်ကွံ ဒ်သိးသိး, အိၣ်ဒီး
သုသး တဖျၢၣ်ဃီ, ဒီးဆိကမိၣ် တၢ်တမံၤဃီ အဃိဒီး, မၤလၢထီၣ်ပှဲၤထီၣ် ယတၢ်သးခု တက့ၢ်.
3 လၢတၢ်အ့ၣ်လိာ်ဆိးက့ ဒီးတၢ်ဟူထီသါလီၤ ကလီကလီန့ၣ်, မၤတၢ် နီတမံၤတဂ့ၤ.
မ့မ့ၢ်လၢတၢ်ဆီၣ်လီၤ သုသး သတးဒီး, မ်ပှၤဟ်ပှၤဂၤဂ့ၤ န့ၢ်အကစၢ်ဒၣ်ဝဲ တက့ၢ်. 4 သုတကွၢ်
တဂၤလၢအတၢ်ဒၣ်ဝဲ, တဂၤလၢအတၢ်ဒၣ်ဝဲ တဂ့ၤ. မ်အကွၢ် တဂၤလၢပှၤဂၤအတၢ်,
တဂၤလၢပှၤဂၤအတၢ် စ့ၢ်ကီး တက့ၢ်. 5 သးတမံၤ လၢအအိၣ် လၢယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အပူၤန့ၣ်,
မ်အအိၣ်စ့ၢ်ကီး လၢသုပူၤ တက့ၢ်. 6 အဝဲဒၣ်န့ၣ် အိၣ်ဒီး ယွၤအက့ၢ်အဂီၤ ဒီးဟ်အသးထဲသိး
ဒီးယွၤဒီး, တဆိကမိၣ် လၢအကဲန့ၢ် ပှၤဂၤအတၢ်ဘၣ်. 7 ဘၣ်ဆၣ်ဒီး ညိကွံာ် အလၤအကပီၤ,

ဒီးလိၣ်ထိၣ်အသး လၢပှၤကညီ, ဒီးဒိးနှ့ၢ်ကုၢ် အက့ၢ်အဂီၤလီၤ. 8 ဒီးဘၣ်တၢ်ထံၣ်နှ့ၢ်အီၤ
လၢအက့ၢ်အဂီၤ ဒ်ပှၤကညီအသိး သတးဒီး, ဆီၣ်လီၤအသး ဒီးစူၢ်ဝဲ တုၤအဒိးသံ အသး,
အခိၣ်တလိာ်, တုၤအဒိးသံအသး လၢထူၣ်စုညါ အလိၤလီၤ. 9 မၤသးဒ်နၣ်ဒီး
ယွၤဟ်ထီၣ်ထီအီၤ, ဒီးဟ့ၣ် အမံၤ ဒိၣ်နှ့ၢ် ကယဲၢ် တၢ်အမံၤခဲလၢာ်, 10 ဒ်သိး ကယဲၢ် တၢ်အိၣ်
လၢမူခိၣ်, ဒီးတၢ်အိၣ် လၢဟီၣ်ခိၣ်, ဒီးတၢ်အိၣ် လၢဟီၣ်ခိၣ်လာ် ခဲလၢာ်, ကချံးလီၤ အခီၣ်
လၢယ့ၣ်ရှ့ူး အမံၤ, 11 ဒီး ကယဲၢ် ပှၤအပျ့ၤ ကအၢၣ်လီၤအီလီၤ လၢယ့ၣ်ရှ့ူးခရံာ် မ့ၢ်ကစၢ်,
လၢပၢ် ယွၤအလၤအကပီၤ အဂီၢ်လီၤ. 12 မ်ဒ်နၣ်ဒီး, ယပှၤသးဘိသ့ၣ်ဧၢ, ဒ်သုစူၢ်တၢ်
တဘိယူၢ်ဃီ, တမ့ၢ်ဘၣ်ထဲ လၢယမဲာ်ညါဧိၤဘၣ်, မ့ၢ်လၢယလီၤဖး ဒီးသုခဲကနံၣ်အံၤ အါတက့ၢ်
သတးဒီး, မၤသုတၢ်အုၣ်က့ၤခီၣ်က့ၤဒၣ်သုဝဲ လၢတၢ်ပျံၤ ဒီးတၢ်ကနိး တက့ၢ်. 13 အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ,
ပှၤလၢအမၤဝဲ ဖဲဒၣ်အသးဂ့ၤ လၢသုပူၤ, ဒ်သိး သုသးကအိၣ်, ဒီးဒ်သိး သုကမၤတၢ်နၣ်,
မ့ၢ်ယွၤလီၤ. 14 တၢ်ကဒူးကဒ့ၣ်တၢ် ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်လိာ်ဘိုလိာ် တအိၣ်ဘၣ်ဒီး, မၤသုတၢ် ခဲလၢာ်,
15 ဒ်သိး သုကကဲထီၣ် ပှၤလၢ တၢ်ဟ်တၢ်ကမၣ် လၢအလိၤ အလီၢ်တအိၣ်ဘၣ်,
ဒီးပှၤတမၤအၢဘၣ်တၢ်ဘၣ်, ယွၤအဖိ လၢအတၢ်ကမၣ် တအိၣ်ဘၣ်, လၢပှၤသူၣ်က့ၣ်သးက့ၣ်,
သူၣ်ကီသးကီ တစိၤ အကျါနၣ် တက့ၢ်. 16 သုယူာ်ထီၣ် တၢ်မူအကလုၢ်အကထါ လၢအဝဲသ့ၣ်
အကျါ သတးဒီး, သုအိၣ်ဖျါထီၣ် ဒ်တၢ်ကပီၤတဖၣ် လၢဟီၣ်ခိၣ်ချၢ အသိးနၣ်လီၤ. အနၣ် ဒီးသု
ကကဲထီၣ် လၢယသူၣ်ကခုယသးကခု အလီၢ် လၢခရံာ် အမုၢ်နံၤ, လၢယတဃ့ၢ်
ကလီကလီဘၣ်, ဒီးလၢယတမၤဘၣ် တၢ်ကလီကလီဘၣ် အဂ့ၢ်လီၤ. 17 မ့ၢ်လံ,
တၢ်မ့ၢ်ဂၢ်လီၤယၤ လၢတၢ်လုၢ် ဒီးတၢ်မၤ ဘၣ်ဃးဒီး သုတၢ်နာ် အဖီခိၣ်ဒီး, ယသးခု
ဒီးယသးခုဃုာ် ဒီးသုခဲလၢာ်လီၤ. 18 ဒ်နၣ်အသိး သုသးခု စ့ၢ်ကီး, ဒီးသုသးခုဃုာ် ဒီးယၤလီၤ.
19 ဒီးယမုၢ်လၢ်တၢ် လၢကစၢ်ယ့ၣ်ရှ့ူးအပူၤ လၢယကမၢလီၤ စီၤတံၤမသ့းဆူ သုအိၣ် ချ့သဒံး,
ဒ်သိး ယကသ့ၣ်ညါ စ့ၢ်ကီး တၢ် ဘၣ်ဃးဒီးသု သတးဒီး ယသး ကမုာ်ထီၣ် လီၤ. 20
အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, ပှၤလၢအသး ဒ်သိးဒီးအီၤ, လၢအကအံးကကွၢ်သု ဒ်အဝဲဒၣ်အသိးနၣ် တအိၣ်ဘၣ်
ဒီးယၤ နီတဂၤဘၣ်. 21 အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, ပှၤခဲလၢာ်ဃု အတၢ်ဒၣ်ဝဲ ဒီးတမ့ၢ်ဘၣ် ယ့ၣ်ရှ့ူးခရံာ်
အတၢ်ဘၣ်. 22 မ့မ့ၢ် အဝဲတဂၤနၣ်, သု သ့ၣ်ညါ တၢ်မၤကွၢ်အီၤ လၢအမၤဝဲ ဒီးယၤ
လၢတၢ်သးခုအကစီၣ် အဂီၢ်, ဒ်ဖိ ဒီးပၢ် အသိးနၣ်လီၤ. 23 မၤသးဒ်နၣ်ဒီး, တၢ်ဘၣ်ဃးဒီးယၤ
ကမၤအသး ဒ်လဲၣ်ဒ်လဲၣ်နၣ် တုၤယ သ့ၣ်ညါဒီး, ယမုၢ်လၢ် လၢယကမၢလီၤ အဝဲဒၣ်ဆူ သုအိၣ်
တကီၢ်ခါလီၤ. 24 ဒီးယနာ် လၢကစၢ်အပူၤ လၢယကဟဲ ယကစၢ်ဒၣ်ယဲဆူ သုအိၣ် ချ့ချ့
စ့ၢ်ကီး လီၤ. 25 မ့ၢ်နာ်သက့ ဒ်နၣ် ဒီးပှၤလၢအမၤဃုာ်တၢ် ဒီးယၤ, ပှၤသုးဖိသကိး ဒီးယၤ,
သုပှၤလၢအအံးက့ၤကွၢ်က့ၤယၤ, ယဒီပုၢ်ဝဲၢ်, သုကလူး စီၤအ့းပၤဖရီးဒံတူး တဂၤနၣ်,
ယဆိကမိၣ် လၢယဂ့ၤမၢ အလဲၤဆူ သုအိၣ်လီၤ. 26 အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, အသး သယုၢ်ဘၣ်သု
ခဲလၢာ်, ဒီးအသးအုးဝဲ လၢသုနၢ်ဟူ လၢအဘၣ် တၢ်ဆါအဃိလီၤ. 27 အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, ဘၣ်မး
တၢ်ဆါဘူး ဒီးအကသံလီၤ. ဘၣ်ဆၣ်ဒီး ယွၤသးကညီၤအီၤ, ဒီးတမ့ၢ်ဘၣ်ထဲ အဝဲဒၣ်ဧိၤဘၣ်.
မ့ၢ်ယၤ စ့ၢ်ကီး ဒ်သိး ယသု တဘၣ် တၢ်သးအုး လၢတၢ်သးအုး အဖီခိၣ် တဂ့ၤလီၤ. 28
မၤသးဒ်နၣ်ဒီး, ယမၤလီၤအီၤ ချ့ဒၣ်တၢ် တက့ၢ်, ဒ်သိး တုၤသု ထံၣ်အီၤ ကဒီးဒီး,

သုသးကခုဒီး ယတၢ်သးအုးကစၢ်လီၤ လီၤ. 29 မၤသးဒ်န့ၣ်ဒီး, တူၢ်လိာ်အီၤ လၢကစၢ်အပူၤ
လၢကယဲၢ် တၢ်သးခု, ဒီးဒုးအိၣ်ပှၤ ဒ်န့ၣ်သိးတဖၣ် ဒီးတၢ်ယူးယီၣ်အီၤ တက့ၢ်. 30
အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, လၢခရံာ် အတၢ်မၤအဃိန့ၣ်, မ့ၢ်အအိၣ်ဘူး ဒီးတၢ်သံ, ဒီးသုတၢ်မၤ လၢယဂီၢ်အိၣ်
စှၤ သတးဒီး, ဒ်သိး အကမၤပှဲၤထီၣ်ဝဲ ဒီးတသးလီဘၣ် အသးဘၣ်လီၤ.

ဖံလံးပံၤ Philippians 3

1 တၢ်ကတိၤ လၢခံကတၢၢ်အံၤ, ယပုၢ်သ့ၣ်ဝဲၢ်သ့ၣ်ဧၢ, သူၣ်ခုသးခု လၢကစၢ်အပူၤ တက့ၢ်.
ယကွဲးန့ၢ်သု လၢတၢ် ဒ်သိးသိးန့ၣ် တမၤဘှံးဘၣ် ယသးဘၣ်. ဒီးမ့ၢ် တၢ်ဂ့ၤ လၢသုဂီၢ်လီၤ. 2
ပလီၢ် သုသး လၢထွံၣ်တဖၣ် တက့ၢ်. ပလီၢ် သုသး လၢပှၤမၤတၢ်အၢတဖၣ် တက့ၢ်. ပလီၢ်
သုသး လၢပှၤကူးတဲာ်ဖိတဖၣ် တက့ၢ်. 3 အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, ပမ့ၢ် ပှၤကူးတရံးဖိ လၢအမၤ
ယွၤအတၢ် လၢသး, ဒီးပဟ်ပသး ကဖၢလၢ လၢယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အပူၤ, ဒီးတသန့ၤဘၣ်ပသး
လၢတၢ်ဖံးတၢ်ညၣ် အပူၤဘၣ်. 4 ဘၣ်ဆၣ်ဒီး ယသန့ၤယသး လၢတၢ်ဖံးတၢ်ညၣ် အပူၤ
အလီၢ်အိၣ်ဝဲလီၤ. ပှၤဂၤမ့ၢ် ဆိကမိၣ် လၢအသန့ၤအသး လၢတၢ်ဖံးတၢ်ညၣ် အပူၤ
အလီၢ်အိၣ်ဝဲဒီး, ယဲဒၣ်အံၤ အိၣ်အါန့ၢ်အန့ၣ် တက့ၢ်လီၤ. 5 လၢဃိးနံၤတနံၤ အပူၤန့ၣ်
ယဒီးတၢ်ကူးတရံး, ယဘၣ်ဃးဒီး ပှၤအံၣ်စရ့လးဖိ တကလုာ်, စီၤဘံၣ်ယၤမံၣ် အဒူၣ်,
ပှၤဧ့ၤဘြံၤဖိ လီၤစၢၤလီၤသွဲၣ် လၢပှၤဧ့ၤဘြံၤဖိ, လၢတၢ်သိၣ်တၢ်သီ အဂ့ၢ် ပှၤဖၢရံၤရှဲ, 6
လၢတၢ်ဂဲၤလိာ် အဂ့ၢ်, ယမၤအၢမၤသီ တၢ်အိၣ်ဖှိၣ်, လၢတၢ်တီတၢ်လိၤ ဘၣ်ဃးဒီး
တၢ်သိၣ်တၢ်သီ တမံၤ အဂ့ၢ်, တၢ်ဟ်တၢ်ကမၣ် လၢယလိၤ အလီၢ်တအိၣ်ဘၣ်. 7 ဘၣ်ဆၣ်ဒီး
တၢ်လၢအမၤအါထီၣ်န့ၣ် ယဟ်အီၤ လၢတၢ်မၤဟါမၢ်ယတၢ် လၢခရံာ် အဃိန့ၣ်လီၤ. 8
အခိၣ်တလိာ် ယဟ် တၢ်ခဲလၢာ် လၢတၢ်မၤဟါမၢ်ယတၢ် လၢတၢ်ဂ့ၤဒၣ်တၢ် ဘၣ်ဃးဒီး
တၢ်သ့ၣ်ညါ ယကစၢ် ယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အဃိလီၤ. လၢအဝဲဒၣ်အဃိ ယဒီးတၢ်မၤဟါမၢ်ယတၢ်
ခဲလၢာ်, ဒီးယဟ်အီၤ ဒ်တၢ်အ့ၣ်အသိး ဒ်သိးယကန့ၢ်ဘၣ် ခရံာ်, 9 ဒီးတၢ်ကထံၣ်န့ၢ်ယၤ
လၢအပူၤ လၢယတအိၣ်ဘၣ်ဒီး ယတၢ်တီတၢ်လိၤ ဘၣ်ဃးဒီး တၢ်သိၣ်တၢ်သီဘၣ်. မ့ၢ်ယအိၣ်ဒီး
တၢ်တီတၢ်လိၤ ဘၣ်ဃးဒီး တၢ်နာ် ခရံာ်, ယွၤအတၢ်တီတၢ်လိၤ ဘၣ်ဃးဒီး တၢ်နာ်, 10 ဒ်သိး
ယကသ့ၣ်ညါအီၤ, ဒီးအတၢ်ဂဲၤဆၢထၢၣ်က့ၤန့ၣ် အစိအကမီၤ, ဒီးဒ်သိး ယဘၣ် တၢ်လီၤကၢ်
လၢအတၢ်သံ သတးဒီး ယကသ့ၣ်ညါ တၢ်ရ့လိာ် ဒီးအတၢ်နးတၢ်ဖှိၣ်, 11 ဒ်သိး မ့ၢ်သ့ဒီး
ယကတုၤ လၢတၢ်ဂဲၤဆၢထၢၣ်က့ၤ လၢတၢ်သံ လီၤ. 12 ယန့ၢ်ဘၣ်လံန့ၢ် မ့ၢ်ဂ့ၤ,
ဒီးယလၢထီၣ်ပှဲၤထီၣ်လံန့ၣ် မ့ၢ်ဂ့ၤ, တမ့ၢ်ဘၣ်. မ့ၢ်ယလူၤတၢ် ဒ်သိး ယကမၤန့ၢ် တၢ်တမံၤ
လၢခရံာ်မၤန့ၢ်ယၤ လၢအဃိ တမံၤန့ၣ်လီၤ. 13 ပုၢ်သ့ၣ်ဝဲၢ်သ့ၣ်ဧၢ, ယဟ်ယသး လၢယမၤန့ၢ်လံ
တၢ်လံန့ၣ် တမ့ၢ်ဘၣ်. မ့မ့ၢ် တၢ်တမံၤဧိၤ ယမၤ, ယဟ်သးပ့ၤနီၣ် ယသး လၢတၢ်အိၣ်
လၢယလီၢ်ခံ, ဒီးယ ယှာ်ဃီၤ ယသးဆူ တၢ်အိၣ် လၢယမဲာ်ညါ, 14 ဒီးယဃ့ၢ်သဘျိၣ်ဆူ
တၢ်ပနီၣ်အအိၣ်, ဒ်သိး ယကန့ၢ်ဘၣ် တၢ်ဘျုး ဘၣ်ဃးဒီး ယွၤအတၢ်ကိးထီၣ်ထီ

လၢယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အပူၤနှၣ်လီၤ. 15 မၤသးဒ်နှၣ်ဒီး ဖဲဒၣ်ပမ့ၢ် ပှၤလၢထိၣ်ပှဲၤထိၣ်တဖၣ်နှၣ်,
မ်ပဆိကမိၣ် တၢ်အံၤ တက့ၢ်. ဒီးပှၤမ့ၢ်ဆိကမိၣ်တၢ် လီၤဆီတမံၤမံၤဒီး, ယွၤ ကဒုးနဲၣ်အီၤ
လၢတၢ်နှၣ်တမံၤ လီၤ. 16 ဘၣ်ဆၣ်ဒီး ဖဲဒၣ် ပန့ၢ်ဘၣ်တၢ်လံနှၣ်, မ်ပလဲၤတၢ် လၢတၢ်ဘျၢ
တမံၤဃီ တက့ၢ်. 17 ပုၢ်သ့ၣ်ဝဲၢ်သ့ၣ်ဧၢ, ကွၢ်လိသကိးယၤ တက့ၢ်. ဒီးတိၢ်နီၣ် ပှၤလၢအလဲၤဝဲ
ဒ်သုန့ၢ်ဘၣ် အဒိအတ်ာ် လၢပဝဲဒၣ် အသိးနှၣ် တက့ၢ်. 18 အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, ပှၤအါဂၤ လဲၤတၢ်
ဒ်ယစံးဘၣ်သု အါဘျီ အသိး, ဒီးယမဲာ်ထံလီၤ, ဒီးယစံးဘၣ်သု ခဲကနံၣ်အံၤ စ့ၢ်ကီး, လၢအမ့ၢ်
ခရံာ် အထူၣ်စုညါ အဒုၣ်အဒါလီၤ. 19 အဝဲသ့ၣ် အကတၢၢ်နှၣ်မ့ၢ် တၢ်ဟးဂီၤ, အကစၢ်နှၣ်မ့ၢ်
အဟၢဖၢ, ဒီးတၢ်လၢအဂ့ၤမဲာ်ဆုးဝဲနှၣ် ဟ်ဝဲ လၢအလၤကပီၤ, အသး အိၣ် ဟီၣ်ခိၣ်အတၢ်လီၤ.
20 အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, ပတၢ်ဝ့ၢ်ဖိအလီၢ် ဘၣ်ဃးဒီး မူခိၣ်, လၢအပူၤနှၣ် ပ ကွၢ်လၢ်
ပှၤအုၣ်က့ၤခီၣ်က့ၤတၢ်, ကစၢ် ယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အကျဲ စ့ၢ်ကီး လီၤ. 21 အဝဲဒၣ်နှၣ် ကလဲက့ၤ
ပနီၢ်ခိ လၢအဘၣ်ဃးဒီး ပဘၣ်တၢ်ဆိၣ်လီၤအံၤ ဒ်သိးအကလီၤက် ဒီးအနီၢ်ဒၣ်ဝဲ ဘၣ်ဃးဒီး
တၢ်လၤကပီၤ, ဒ်တၢ်မၤ လၢအဝဲဒၣ် မၤနၢၤ တၢ်ခဲလၢာ် လၢအကစၢ်ဒၣ်ဝဲ အဖီလာ်သ့,
အသိးနှၣ်လီၤ.

ဖံလံးပံၤ Philippians 4

1 မၤသးဒ်နှၣ်ဒီး, ပှၤလၢယအဲၣ်အီၤ, ဒီးလၢယသးသယုၢ်အီၤ, ယတၢ်သးခု, ဒီးယခိၣ်သလုး,
ပုၢ်သ့ၣ်ဝဲၢ်သ့ၣ်ဧၢ, အိၣ်ဂၢၢ်ဆိးကျၢၤ လၢကစၢ် အပူၤ ဒ်နှၣ်အသိး တက့ၢ်, ပှၤ
လၢတၢ်အဲၣ်အီၤသ့ၣ်ဧၢ. 2 ယဃ့ကညး နီၢ်အူၤအိဒံၤ, ဒီးယဃ့ကညး နီၢ်စူၣ်တူဃ့ၤ, ဒ်သိး
အကသးအိၣ်တဖျၢၣ်ဃီ လၢကစၢ်အပူၤ လီၤ. 3 ဒီးပှၤလၢအဃိးဃုာ်တၢ် ဒီးယၤ
နီၢ်နီၢ်တဂၤဧၢ, ယ ဃ့ကညးနၤ စ့ၢ်ကီး မၤစၢၤ ပှၤပိာ်မုၣ်တဖၣ်နှၣ် လၢအမၤဃုာ် ဒီးယၤ
လၢတၢ်သးခုအကစီၣ်, ဒီးစီၤကျမ္ၤ စ့ၢ်ကီး, ဒီးပှၤမၤဃုာ်တၢ် ဒီးယၤ အဂုၤအဂၤတဖၣ်
လၢအမံၤ အိၣ်လၢလံာ်မူ အပူၤနှၣ် တက့ၢ်. 4 သးခု လၢကစၢ် အပူၤ တဘိယူၢ်ဃီ တက့ၢ်.
ယစံးကဒီး, သးခုတက့ၢ်. 5 သုသူၣ်စူၤသးစူၤအံၤ, မ်အအိၣ်ဖျါ လၢပှၤခဲလၢာ် အမဲာ်ညါ တက့ၢ်.
ကစၢ် အိၣ်ဘူးတ့ၢ်လီၤ. 6 သုတဘၣ်ယိၣ် တၢ်နီတမံၤ တဂ့ၤ. မ့မ့ၢ်လၢတၢ်ကိးမံၤဒဲးနှၣ်
လၢတၢ်ထုကဖၣ်, ဒီးလၢတၢ်ဃ့ကညး အိၣ်ဒီး တၢ်စံးထိၣ်ပတြၢၤ တၢ်အဘျုးအဖှိၣ် အပူၤနှၣ်,
ဘီးဘၣ်သ့ၣ်ညါ ယွၤ လၢသုတၢ်အဲၣ်ဒိးတဖၣ်နှၣ် တက့ၢ်. 7 ဒီးယွၤအတၢ်ဃူတၢ်ဖိး
လၢအဒိၣ်နှ့ၢ်ယိာ်နှ့ၢ် ကဃဲၢ် ပသ့ၣ်ညါနၢ်ပၢၢ် တၢ်နှၣ် ကပၢၤ သုသူၣ်သုသး ဒီး သုဆိကမိၣ်တၢ်
လၢယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အပူၤလီၤ. 8 တၢ်ကတၢၤ လၢခံကတၢၢ်အံၤ, ပုၢ်သ့ၣ်ဝဲၢ်သ့ၣ်ဧၢ, ဖဲဒၣ်
တၢ်မ့ၢ်တၢ်တီ, ဖဲဒၣ် တၢ်လၤတၢ်ကပီၤ, ဖဲဒၣ် တၢ်တီတၢ်လိၤ, ဖဲဒၣ် တၢ်စီတၢ်ဆှံ, ဖဲဒၣ်တၢ်
လၢတၢ်အဲၣ်အီၤ, ဖဲဒၣ် တၢ်ဟူထီသါလီၤ လၢအဂ့ၤသ့ၣ်တဖၣ်, တၢ်ဂ့ၤဝဲလၤကပီၤ မ့ၢ်အိၣ်,
ဒီးတၢ်စံးထိၣ်ပတြၢၤ မ့ၢ်အိၣ်ဒီး ဆိကမိၣ် လၢတၢ်တဖၣ်နှၣ် အဂ့ၢ်အကျိၤ တက့ၢ်. 9
ဒီးတၢ်လၢသုမၤလိ, ဒီးသုဒိးန့ၢ်, ဒီးသု နၢ်ဟူ, ဒီးသုထံၣ်ဘၣ် လၢယၤတဖၣ်နှၣ် မၤသုဝဲ

တက့ၢ်. ဒီးတၢ်ဃူတၢ်ဖိး အကစၢ်နၣ်, ကအိၣ်ဒီးသုလီၤ. 10 ဒီးယသူၣ်ခုသးခု လၢကစၢ်အပူၤ
ဒိၣ်မးလီၤ. အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, ခဲကနံၣ်အံၤ, သုတၢ်အံးက့ၤကွၢ်က့ၤယၤနၣ် အိၣ်ထိၣ် ကဒီးလီၤ. သုသး
အိၣ်တ့ၢ်ဝဲနၣ် ဘၣ်ဆၣ်ဒီး, သုတထံၣ်ဘၣ် အလီၢ်အကျဲဘၣ်. 11 တမ့ၢ်ဘၣ် ယကတိၤတၢ်
လၢတၢ်ဖှိၣ်တၢ်ယာ် အဂ့ၢ်ဘၣ်. အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, ဖဲဒၣ် တၢ်မၤအသး လၢယၤနၣ်, ဒ်သိး
ယကသူၣ်မံသးမံ ဒီးယမၤလိလံ တၢ်လံ. 12 ယဘၣ် တၢ်ဆီၣ်လီၤယၤ, ယသ့ၣ်ညါ ဒီးယဒိး
တၢ်အါ ယသ့ၣ်ညါလီၤ. လၢတၢ်ကိးမံၤဒဲး ဒီးလၢတၢ်ခဲလၢာ် အပူၤနၣ်, တၢ်သိၣ်လိယၤ
လၢတၢ်အီၣ်ဘျဲးအီၣ်, ဒီးတၢ်အိၣ်ဝံၤအိၣ်စ့ၤ, လၢတၢ်လၢတၢ်ပှဲၤ, ဒီးလၢတၢ်ဖှိၣ်တၢ်ယာ်နၣ်လီၤ.
13 ယမၤတၢ်ခဲလၢာ်သ့ လၢပှၤလၢအဒုးဆူၣ်ထိၣ် ယဂံၢ်ယဘါတဂၤ အပူၤလီၤ. 14 ဘၣ်ဆၣ်ဒီး
သုမၤစၢၤယၤ လၢယတၢ်နးတၢ်ဖှိၣ် အပူၤ ဒီးသုမၤ တၢ်ဂ့ၤလီၤ. 15 ပှၤဖံလံးပံၤဖိသ့ၣ်ဧၢ,
သုသ့ၣ်ညါ သုဝဲ, လၢယဟးထီၣ် လၢမၤက့းဒနံ လၢတၢ်သးခုအကစီၣ် အခီၣ်ထံးနၣ်,
လၢသုဝဲဒၣ် အမဲာ်ညါ တၢ်အိၣ်ဖှိၣ် တမၤ တၢ်ဘၣ်ဃးဒီးယၤ လၢတၢ်ဟ့ၣ် ဒီးတၢ်ဒိးန့ၢ်နၣ်,
နီတပူၤဘၣ်လီၤ. 16 အဂ့ၢ်ဒ်အံၤ, လၢယအိၣ် လၢသ့းစၤလနံ ဒၣ်လဲာ်, လၢယန့ၢ်ဘၣ်
တၢ်အလီၢ်အိၣ်နၣ်, သုဟ့ၣ်ယုၢ်တၢ် လၢယၤ, တစု ဒီးခံစုလီၤ. 17 တမ့ၢ်ဘၣ် ယဃု
တၢ်ဟ့ၣ်နၣ်ဘၣ်. မ့ၢ်ယဃု တၤသၣ် လၢအကဒုးအါထီၣ်တၢ် လၢသုဂီၢ်လီၤ. 18 ဘၣ်ဆၣ်ဒီး
ယအိၣ်ဒီး တၢ်ခဲလၢာ် ဒီးပှဲၤလုၣ်ကွံာ်လံ. ယဒိးန့ၢ်တၢ် လၢသုအိၣ် လၢစီၤအ့းပၤဖရိးဒံတူး
အစုပူၤ, တၢ်နၢမူတၢ်လုၢ် လၢအဘၣ်ယွၤအသးနၣ်, ဒီးယတၢ် လၢထိၣ်ပှဲၤထိၣ်လီၤ. 19 ဒီး
ကယဲၢ် တၢ်လၢသုန့ၢ်ဘၣ် အီၤ အလီၢ်အိၣ်တဖၣ်, ဒ်အလၤကပီၤ အတၢ်ထူးတၢ်တီၤ အသိး
ယကစၢ် ကဟ့ၣ်လီၤသု လၢယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အပူၤလီၤ. 20 မ်တၢ်လၤကပီၤ အိၣ်ဒီး ပပၢ်ယွၤ
အစိၤစိၤအဃၣ်ဃၣ် တက့ၢ်. အၤမ့ၣ်. 21 ကတိၤဒိၣ် ပှၤစီဆှံ လၢယ့ၣ်ရှူးခရံာ် အပူၤ
ကိးဒံကိးဂၤ တက့ၢ်. ပှၤဒီပုၢ်ဝဲၢ် အိၣ်ဒီးယၤ ကတိၤဒိၣ်သုလီၤ. 22 ပှၤစီဆှံခဲလၢာ်
ကတိၤဒိၣ်သု, ဒီးကဲစၢ် အဟံၣ်ဖိတဖၣ် အါဒၣ်တၢ် တက့ၢ်လီၤ. 23 မ်ပကစၢ် ယ့ၣ်ရှူးခရံာ်
အဘျူးအဖှိၣ် အိၣ်ဒီးသု ခဲလၢာ် တက့ၢ်. အၤမ့ၣ်.